


Marke:Hajken



Typ	Deltagandemärke
Ålder	Äventyrarscout
Målspår	Relationer, Fysiska utmaningar, Känsla för naturen
Omfattning	2-3 möten, planera och förbereda, 1-2 dygn hajk, 1 möte packa upp och utvärdera

 Köp märket i | scOUT-shopen ^[1].

Det här äventyret går ut på att ni ska planera och genomföra en hajk i patrullen.

Börja planeringen med att läsa igenom beskrivningarna av de tre målspåren som äventyret handlar om: känsla för naturen, relationer och fysiska utmaningar. På så sätt vet ni vilka slags aktiviteter och situationer ni ska fokusera på när ni planerar. Genom att göra en patrullhajk kommer ni att få med de här tre målspåren automatiskt, men ni kan få ut ännu mer genom att aktivt tänka på dem. Sedan är det bara att sätta igång och börja tänka!

Alla äventyr handlar om att ni ska utmana er själva och lära er något nytt, så planera en hajk som är lagom utmanande för just er patrull. Om ni inte har gjort någon hajk själva i patrullen förut kan ni till exempel satsa på att göra en liknande hajk som ni gjort med andra tidigare. Om ni har varit ute tillsammans mycket förut försöker ni göra en hajk som är annorlunda än vad ni brukar göra, till exempel genom att välja en annan naturtyp eller annat färd sätt mot vad ni brukar använda (pröva att paddla eller cykla om ni brukar vandra, till exempel).

Planera hajken genom att gå igenom checklistan nedan. Kolla av er planering med er ledare. När ledaren och ni är överens om att ni har tänkt klart är det bara att ge sig ut!

Efter hajken går ni igenom planeringen igen och utvärderar. Blev det som ni hade tänkt? Vad blev bättre och vad blev sämre? Varför? Var det något ni missade i planeringen? Var det något som var helt onödigt? Vad var det absolut bästa och sämsta med hajken? Skriv ner vad ni kommer fram till och spara det i er patrollogg eller lägg ut det på er blogg. Komplettera med bilder och andra minnen från hajken! Se också till att den utrustning ni har använt är ren, torr, hel och att alla delar finns nedpackade när ni lägger tillbaka den i sina förråd.

Fler hajktips hittar ni i Äventyrarnas handbok.

Checklista för hajkplanering

1. Var?

Var ska ni vara och hur ska ni färdas? Se till att fixa kartor över området. Planera vilka sträckor ni ska färdas och ungefär var ni ska sova. Lämna en kopia av er plan till er ledare och era föräldrar. Tänk igenom så att ni har tillgång till utrustningen ni behöver för att förflytta er (cyklar för en cykelhajk, segelbåtar för en segelhajk, hästar för en ridhajk och så vidare). Var ska ni börja, och hur ska ni ta er dit?

2. När?

Vilka dagar ska ni vara ute? Vilken tid ska ni träffas och när räknar ni med att komma hem? Skriv ner detta också på planen ni lämnar till ledare och föräldrar.

3. Hur?

Vad ska ni göra under hajken? Ska hajken ha något speciellt tema, och hur får ni det temat att märkas? Om ni har en hajk där ni ska färdas (vandra, åka skidor, segla ...) kanske ni inte hinner göra så jättemycket mer än det. Då kan ni var och en eller två och två planera en enkel aktivitet som ni leder de andra i under hajken, med koppling till något av de målspar ni valt för hajken. Det kan vara alltifrån en lek att leka när ni pausar eller en ceremoni innan ni går och lägger er, till någonting att prata om medan ni går eller en morgongympa innan ni sätter igång. Använd Aktivitetsbanken på webben om ni vill ha inspiration.

Om ni har en hajk där ni är på ett och samma ställe hela tiden behöver ni ha mer planerade aktiviteter att göra. Då kan ni till exempel göra mer av ert tema, eller dela upp er i mindre grupper som planerar en halvdag var för resten av patrullen. Ett bra tips är att söka i Aktivitetsbanken på de målspar ni valt för hajken, och välja de aktiviteter ni tycker verkar roliga.

4. Mat

Vad ska ni äta? Planera er matsedel. Se till att ni kommer ihåg att ta hänsyn till alla allergier och annan specialkost. Ett smart tips är att välja mat som alla kan äta, så behöver ni bara laga en sorts mat varje gång. Dessutom kan det vara både gott och nytt att äta vegetariskt eller laktosfritt en helg! Tänk på att man blir hungrigare än vanligtvis när man är ute, så ta lite större portioner än ni skulle gjort hemma, och glöm inte fika. Ta hjälp av en kokbok om ni är osäkra – det finns många bra kokböcker speciellt för utematlagning. Gör en inköpslista när ni är klara och bestäm hur och när ni handlar. Bestäm också hur ni ska laga maten: trangiakök, öppen eld eller på något annat sätt?

5. Utrustning

Har alla allt de behöver för hajken? Gå igenom och gör en packlista för vad ni behöver ha med er var och en, och vad ni behöver packa gemensamt. Om någon saknar utrustning, försök låna av varandra eller era ledare. Kolla igenom och packa ner er gemensamma utrustning: Finns alla delarna till exempelvis tältet och trangiaköket? Dela upp er gemensamma packning så att alla hjälps åt men också klarar av vikten.

6. Risker

Vad finns det för någonting som kan bli farligt under hajken? Vad skulle kunna hända? Hur hanterar ni det? Behöver ni ha med er någon speciell utrustning för att hantera riskerna? Lägg i så fall till den på packlistan. Det kan hända att mobiltelefonen inte fungerar när man som bäst behöver den, så bygg inte er riskhanteringsplan på att ni kan ringa efter hjälp.

7. Vem?

Vem ansvarar för vad i patrullen? Dela upp uppgifter som behöver göras mellan er, och se till att det finns någon som har bäst koll på till exempel var sjukvårdssakerna finns och hur de används, eller vilken mat ni ska äta när.

Referenser

[1] <http://www.scoutvaror.se/index.php/marken.html>